

УДК 159.9:331.101.3

ФОНОВАЯ МУЗЫКА НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ: ПОМОЩЬ ИЛИ ПРЕПЯТСТВИЕ

М. М. Андропова

*Магистрант,
ORCID 0000-0003-2519-4027,
e-mail: andronovamm@gmail.com,
Белорусский государственный университет,
г. Минск, Беларусь*

BACKGROUND MUSIC IN THE WORKPLACE: HELP OR OBSTACLE

M. M. Andronova

*Master student,
ORCID 0000-0003-2519-4027,
e-mail: andronovamm@gmail.com,
Belarusian State University,
Minsk, Belarus*

Abstract. This article is devoted to the influence of background music on the emotional state and productivity of employees in the workplace. The article offers an overview of research and opinions related to the use of background music in the workplace. Particular attention is paid to the characteristics of background music, its place in the modern world, influence on representatives of various professions. Analyzing various studies, we can conclude that ambiguity of opinions about background music in the workplace, about the readiness of society to correctly and reasonably use this resource. Music, even sounding like a background, can have a powerful influence on a person (both positive and negative), therefore, research in this area is very relevant these days.

Keywords: background music; emotional state; work psychology; management in the organization; working conditions.

Эффективное использование человеческих ресурсов является основным вектором в управлении сотрудниками, независимо от сферы их деятельности.

Создание рабочей среды, которая облегчает труд работника, уменьшает связанный с работой стресс, является одной из важнейших стратегий в современном мире бизнеса. Ведущие предприятия инвестируют значительную часть бюджета на измерение и улучшение удовлетворенности сотрудников.

В наши дни проблема регуляции эмоциональных состояний личности в сложных условиях деятельности занимает одно из ведущих мест. Состояние напряженности является первой эмоциональной ситуативной реакцией на различные стрессоры

и представляет собой неотъемлемую часть эмоциональных переживаний сотрудников, особенно в естественных условиях деятельности [1, с. 54].

Фоновая музыка – это музыка, которая звучит на фоне какой-либо деятельности, без сосредоточения на ней. Это пример пассивного прослушивания, который не требует участия слушателя в идентификации различных элементов музыки.

Музыка не просто веками – тысячелетиями – не была автономной, существуя в самых различных пространствах и ситуациях. Она была частью повседневности, бытуя во множестве жанров – от рабочих песен до колыбельных. Отсюда следует, что сама по себе фоновость – вовсе не новация, не черта цифровой эпохи. Это

«классический» тип слушания, который мы противопоставляем ей, в свою очередь вовсе не есть нечто естественное, соприродное музыке и разумеющееся само собой [3].

Прорыв в использовании фоновой музыки пришелся на начало XX века и был связан, главным образом, с именем Эрика Сати, который первым использовал термин «меблировочная» музыка. По задумке Сати, такая музыка должна была существовать для того, чтобы ее слышали, но не слушали, несмотря на звучание – в кафе и банках, квартирах и магазинах, служа едва заметным спутником любых самых тривиальных занятий.

С развитием информационных и аудио-технологий музыка стала одним из самых доступных видов искусств. Несмотря на глобальный характер распространения музыкального контента наблюдается незначительное число исследований соответствующих изменению процессов взаимодействия музыки и общества.

В 2012 году сектором культурных инноваций Института социологии НАН Беларуси было проведено исследование, которое показало, что значительная часть респондентов (52,9 %) слушают музыку как фон, и еще 28,1 % в равной степени и как фон, и саму по себе. Музыку для удовольствия, не занимаясь какими-либо другими делами, слушают 9,5 % белорусов. Согласно данному исследованию, чаще всего наши соотечественники слушают музыку в домашних условиях (82,5 % опрошенных), в машине – 32,1 %, на работе 17,4 %, в гостях – 11,4 %, во время прогулки, на улице – 10,9 %, в клубе, на дискотеке – 8,7 %, в общественном транспорте – 8,6 %, на концертах поп-музыки – 6,6 %, в баре (ресторане, кафе и т. п.) – 6,5 %. В концертных залах (филармония, театры и др.) – 5,4 %, другое – 1,7 % [2].

Исходя из этих данных, можно сделать вывод, что в современном обществе музыка, например, на рабочем месте – не редкое явление, но не повсеместное. И

сегодня встает вопрос о плюсах и минусах использования фоновой музыки на рабочем месте.

В 1940 году по указанию британского правительства были проведены первые исследования музыки на фабриках. В результате был обнаружен небольшой (около 10 процентов), но существенный рост показателей производительности в сопровождении музыки по сравнению с тишиной. Авторы первых исследований называли главные причины, которые могли влиять на увеличение производительности в этом случае: 1) повышение синхронизации ритма, увеличивавшее скорость и, следовательно, равномерность выработки; 2) физические реакции на музыку – пение и движения в такт. Считалось, что это способствовало приливу сил из-за положительного влияния на частоту сердцебиения и дыхания [4, с. 107].

Установлено, что музыка влияет на оба полушария. Причем правое воспринимает тембр и мелодию, а левое – ритмы. Диапазон музыкальных ритмов лежит близко к частотам дыхания и сердцебиения. Звуки действуют на нас не только эмоционально, но и физически. Благодаря резонансу от одних ритмов поднимается настроение, работоспособность, от других – наступает успокоение, расслабление, снижается давление.

Фоновая музыка очень популярна в отелях, ресторанах, банках и магазинах. Некоторые терапевты указали на то, что при надлежащем использовании фоновая музыка может помочь повысить эффективность терапии. Но не смотря на то, что положительный эффект от музыкального фона доказан многими проведенными исследованиями, применение ее на рабочем месте, особенно в офисах, используется нашими соотечественниками не так часто. Можно выделить несколько основных причин: 1) индивидуальные особенности восприятия музыки; 2) род деятельности; 3) условия труда; 4) негативное отношение руководства и коллег.

Комфортность и эмоциональная удовлетворенность сотрудников является неотъемлемым элементом успешного офиса, бизнеса или организация. Сотрудники, которые находятся в благоприятных условиях труда, показывают более высокую эффективность, производительность и время выполнения задачи. Поэтому правильно подобранная фоновая музыка может стать очень доступным и бюджетным стимулированием деятельности для организаций.

Грэг Олдхэм проанализировал в своем исследовании использование стереонаушников в офисном здании многоцелевого назначения в США, где работали представители более чем 30 различных профессий. У группы слушателей музыки были отмечены существенные улучшения результатов труда, оптимистичное мнение о работе, удовлетворение от рабочей обстановки и бодрое настроение, больше спокойствия и энтузиазма, нежели у группы, работавшей без сопровождения. Но у этого исследования есть очевидный недостаток – его «квазиэкспериментальная» сущность: людей распределяли по этим двум группам (с музыкой и без) не в произвольном порядке [4, с. 108].

На данный момент ученые выступают против музыки в офисах с открытой планировкой, в связи с тем, что любой фон требует внимания на каком-то уровне. Это становится помехой, особенно при решении сложных задач, требующих концентрации. Еще одним минусом использования фоновой музыки в офисе такого типа является проблематичность подбора универсального варианта фона, для всех сотрудников. Однако, при использовании наушников, можно существенно улучшить эмоциональное состояние и производительность работников офиса, снизить уровень внешних раздражителей и шумов.

Самой неблагоприятной фоновой музыкой для выполнения задач, для которых характерна высокая концентрация, счита-

ется музыка с текстом и характерным для действия ритмом. Это подтверждает исследование, которое провели А. Фернем и К. Аллас. Они сравнили эффект влияния фоновой музыки с текстом и без него на людей в процессе чтения, и пришли к выводу, что инструментальная музыка может улучшить производительность восприятия содержания у слушателей, в то время как песни с текстами, как правило, их отвлекают. Музыка с текстом и быстрым ритмом лучше всего помогает при решении монотонных, обыденных задач, таких как конвейер, разработка и проектирование программного обеспечения, уборка. Об этом эффекте свидетельствует исследование проведенное М. К. D. Padmasiri, в ходе которого было установлено, что быстрые ритмичные песни стимулируют производительность, а музыка для релаксации, напротив, ведет к снижению темпа работы. Одним из важных выводов данного исследования, является индивидуальный подход к каждому сотруднику при подборе музыкального фона.

Проанализировав различные исследования в данной области, которые были проведены отечественными и зарубежными учеными на сегодняшний день, можно сделать следующий вывод: использование фоновой музыки на рабочем месте может вызвать как положительный, так и отрицательный эффект. Все больше высказывается мнений о том, что необходимо «разумное слушание» музыки на рабочем месте, индивидуальный подход к каждому сотруднику, изменение взглядов общества на данную проблему. Следовательно, данный вопрос остается открытым, что обуславливает актуальность исследований в этой области.

Библиографический список

1. Караваев А. Ф., Караваева Т. А. Эмоциональное состояние сотрудников и методы их коррекции // Психопедагогика в правоохранительных органах. – Омск: Омская академия

Министерства внутренних дел Российской Федерации. – 2009 – № 1(36) – С. 54–57.

2. Сосновская Н. А. Особенности потребления массовой музыкальной культуры населением Республики Беларусь: социологический анализ // Научно-методический журнал ИПО-КРЕНА – Минск : Институт парламентаризма и предпринимательства. – 2013 – № 2(23) – С. 187–197.
3. Стракович Ю. В. Фоновая музыка: вчера сегодня, завтра // Искусствознание – Москва: Государственный институт искусствознания – 2013. – № 4.
4. Уильямсон В. Мы – это музыка. – London: Icon books LTD – 2014 (Перевод с английского Юлии Корнилович). – Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2015. – 240 с.

Bibliograficheskij spisok

1. Karavaev A. F., Karavaeva T. A. E`mocional`noe sostoyanie sotrudnikov i metody` ix korrekcii //

Psixopedagogika v pravooxranitel`ny`x organax. – Omsk: Omskaya akademiya Ministerstva vnutrennix del Rossijskoj Federacii. – 2009 – № 1(36) – S. 54–57.

2. Sosnovskaya N. A. Osobennosti potrebleniya massovoj muzy`kal`noj kul`tury` naseleniem Respubliki Belarus`: sociologicheskij analiz // Nauchno-metodicheskij zhurnal IPOKRENA – Minsk : Institut parlamentarizma i predprinimatel`stva. – 2013 – № 2(23) – S. 187–197.
3. Strakovich Yu. V. Fonovaya muzy`ka: vchera segodnya, zavtra // Iskusstvoznanie – Moskva: Gosudarstvenny`j institut iskusstvoznaniya – 2013. – № 4.
4. Uil`yamson V. My` – e`to muzy`ka. – London: Icon books LTD – 2014 (Perevod s anglijskogo Yulii Kornilovich). – Moskva : Mann, Ivanov i Ferber, 2015. – 240 с.

© Андропова М. М., 2018.